

# 令和8年1月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		完了期 (12~18ヶ月)	おやつ	日		完了期 (12~18ヶ月)	おやつ
5 月	食べる煮干し	おかかおむすび かぼちゃの煮物 豆腐とわかめと麩の味噌汁	きなこ豆乳ゼリー	22 木	バナナ	ごはん 鶏肉とさつま芋の旨煮 チングン菜の炒め風サラダ 麩とねぎのすまし汁	チーズ蒸しパン
6 火	オレンジ	ごはん 豚肉と人参と玉葱の煮物 ごまキャベツ 豚汁(こんにゃくなし)	バナナパンケーキ	23 金	オレンジ	ごはん マー婆豆腐(にんにく・生姜なし) 春雨サラダ わかめと人参のスープ	牛乳入りコーンフロスト
7 水	オレンジ	ごはん ハンバーグ チーズサラダ(酢なし) 人参とキャベツの味噌汁 バナナ	しらすとキャベツのスペゲッティ	24 土	ビスケット	とん丼(生姜なし) さつま芋の甘煮 ほうれん草スープ	カップヨーグルト ビスケット
8 木	バナナ	ごはん ミートグラタン 鉄骨サラダ ポテトスープ	すいとん(かまぼこなし)	26 月	ヨーグルト	ごはん 白身魚のオーロラソースがけ 凍り豆腐とひじきの含め煮 さつまいもとねぎの味噌汁	かぼちゃ蒸しパン
9 金	オレンジ	うどん 雑煮汁 みかん	いちごサンド	27 火	オレンジ	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 大根炒めサラダ 厚揚げとろみスープ	チーズおかかおむすび
10 土	ビスケット	ガーリックライス じゃが芋としめじのサラダ 豆腐スープ	ビスケット	28 水	食べる煮干し	ごはん 豆腐ステーキ 白菜サラダ(酢なし) かぼちゃのポタージュ みかん	チャーハン
13 火	ヨーグルト	ごはん くす玉蒸し にんじんしりしり いもこ汁(こんにゃくなし)	さつまいも蒸しパン	29 木	バナナ	ごはん 肉じゃが風 キャベツサラダ(レモン無し) 人参のポタージュ オレンジ	おからクッキー(卵なし)
14 水	食べる煮干し	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ こふき芋 玉葱とわかめの味噌汁	クラッカーサンド バナナ	30 金	オレンジ	ごはん 豚挽と豆腐のケチャップ煮 ひじきと野菜の炒め物(竹輪なし) 小松菜と油揚げの味噌汁	マカロニきなこ
15 木	バナナ	ごはん 白菜と豚肉の蒸し煮(にんにくなし) ひじきサラダ(酢なし) えのきとニラのすまし汁	シュガーサンド	31 土	ぱりんこ	ごはん 厚揚げとじゃが芋の煮物 小松菜のおひたし オニオンスープ	ビスケット
16 金	オレンジ	ごはん 鶏肉の甘辛煮 コーンブロッコリー 納豆汁	きなこ蒸しパン				
17 土	ビスケット	チキンライス 温野菜(人参・ブロッコリー) 白菜スープ	ビスケット				
19 月	ヨーグルト	ごはん 鮭のチーズパン粉焼き ひじきの白和え(つきこんにゃくなし) じゃが芋と玉葱と油揚げの味噌汁	いちごジャムコッペ				
20 火	食べる煮干し	ごはん ハンバーグ ほうれん草とハムの胡麻和え キャベツスープ	おたのしみおやつ				
21 水	オレンジ	ごはん 鶏レバーの甘辛煮 納豆和え えのきと舞茸の味噌汁	ミニミニピザ				